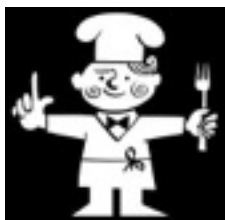


## RECETA DE MASTERCHEF



Me figuro que, al leer el epígrafe, ya se ha hecho la idea de que *no se quiere decir* lo que *realmente se dice*. Sería muy osado ofrecer una receta culinaria para atender la mesa familiar en los próximos cuarenta días. Obviamente, no hacemos semejante propuesta porque carecería de sentido y mucho más desde esta página. No obstante el símil puede ayudarnos. Y todavía más para las amas de casa que día tras día se esfuerzan por romper la monotonía con algo novedoso salvando a su vez las tradiciones de familia.

La verdad es que vuelve de nuevo la Cuaresma. ¿Tendremos que vivirla como en épocas pasadas o debemos introducir *ingredientes* o *presentaciones* nuevas? Este tiempo de preparación para celebrar el gran Misterio de la Pascua del Señor es un don pero también un reto y, por lo tanto, una responsabilidad: ¡rompamos, pues, con la monotonía! La receta clásica aconseja como *ingredientes*: el ayuno, la limosna y la oración en cualquiera de sus múltiples formas.

El *ayuno* supone una disciplina interior que muestra el señorío sobre nuestras tendencias. Debemos mirarnos por dentro. ¡Hay tantas cosas que necesitan ser cambiadas y transformadas! Ante el orgullo de creerse perfecto o la necesidad de aceptar que todo vale, está el reconocer la propia fragilidad e incrementar el afán de lucha, reconocerse pecador y saber pedir perdón con el compromiso de una vida renovada y expresarlo sacramentalmente para sentir así el calor del abrazo de Dios.

La *limosna*, esto es, prestar atención a los demás; austeros con nosotros mismos; generosos y magnánimos con los demás. Que el criterio de nuestra vida sea la puesta en práctica de lo que me ayuda a crecer, las virtudes que me enriquecen y no aquello que me apetece para luego dejarme insatisfecho. Piensa en algún gesto que muestre la cercanía y el calor de la caridad cristiana.

Y un ingrediente más, la *oración*, la comunicación con Aquél que sabemos que nos quiere. Dirijámonos a Él de una forma personal y sincera. A veces, puede ayudarnos el Evangelio, una plegaria, hasta un canto ¿por qué no?. Hay quien pide o agradece... las formas son infinitas... como infinita es la capacidad de escuchar y de comprender de nuestro Amigo. Y no olvidemos jamás la *guinda*: la alegría, que dará color a todos nuestros actos.



Domingo de la 1ª semana de Cuaresma

22-II-2015

### Convertíos...!



Iniciamos el tiempo de Cuaresma con la *imposición de la ceniza* el pasado miércoles al mismo tiempo que se nos decía: *convertíos y creed en el Evangelio*. El evangelio de hoy vuelve a recordarnos estas mismas palabras. Convertíos, cambiad vuestra manera de pensar y de actuar; inspiraos en el Evangelio. No es una imposición sino un ruego, una indicación que proviene de un

Padre que a través de su Iglesia nos anima a corregir cualquier desorden que podamos encontrar en nuestra vida. Y, obviamente, en este campo nuestra colaboración es imprescindible. No somos elementos pasivos, inertes, que permanecen allí donde los depositan o se sienten cómodos. Somos invitados a acoger la *Buena noticia* y a expandirla en nuestro entorno conscientes de que ese mensaje es capaz de transformar la propia existencia así como las relaciones con nuestros hermanos.

Cuando hablamos de *conversión* nos estamos refiriendo a un cambio que brota de lo más íntimo del corazón, que responde al deseo de adecuar la propia vida a lo que el Señor espera de cada uno. Esa decisión personal, ese cambio, no es algo aislado. Dada la condición humana, necesitamos rectificar el modo de proceder con relativa frecuencia. Pero al observar un desorden lo *razonable* es volver las cosas su justo punto. Y, a partir de ahí, construir, edificar, hacer el bien a manos llenas, sin escatimar esfuerzos.

*Creer en el Evangelio* es mucho más que el mero conocimiento de la doctrina que nos marca el norte a seguir e incluso más que cierta simpatía por esas mismas enseñanzas; es empeñarse en vivir a fondo las exigencias de la vida cristiana que, en definitiva, se traduce en ser fiel a Jesucristo y ser testigos suyos en los ambientes que frecuentamos: en la familia, en el trabajo, en las relaciones sociales e incluso en el tiempo de ocio y de descanso. Porque nuestra condición de cristianos implica serlo no sólo circunstancialmente sino *en todo tiempo y lugar*.

### DIOS HABLA

#### Lectura del libro del Génesis (9, 8-15)

Dios dijo a Noé y a sus hijos: *Yo hago un pacto con vosotros y con vuestros descendientes, con todos los animales que os acompañaron: aves, ganado y fieras; con todos los que*

*salieron del arca y ahora viven en la tierra. Hago un pacto con vosotros: el diluvio no volverá a destruir la vida, ni habrá otro diluvio que devaste la tierra.*

*Y Dios añadió: Ésta es la señal del pacto que hago con vosotros y con todo lo que vive con vosotros, para todas las edades: pondré mi arco en el cielo, como señal de mi pacto con la tierra. Cuando traiga nubes sobre la tierra, aparecerá en las nubes el arco, y recordaré mi pacto con vosotros y con todos los animales, y el diluvio no volverá a destruir los vivientes.*

**Palabra de Dios.**

Salmo: **Tus sendas, Señor, son misericordia y lealtad para los que guardan tu alianza.**

Señor, enséñame tus caminos,  
instrúyeme en tus sendas:  
haz que camine con lealtad;  
enséñame, porque tú eres mi Dios y Salvador. R.

Recuerda, Señor, que tu ternura  
y tu misericordia son eternas.  
Acuérdate de mí con misericordia,  
por tu bondad, Señor. R.

El Señor es bueno y es recto,  
y enseña el camino a los pecadores;  
hace caminar a los humildes con rectitud,  
enseña su camino a los humildes. R.

**Lectura de la primera carta de1 apóstol san Pedro (3, 18-22)**

Queridos hermanos:

Cristo murió por los pecados una vez para siempre: el inocente por los culpables, para conducirnos a Dios. Como era hombre, lo mataron; pero, como poseía el Espíritu, fue devuelto a la vida. Con este Espíritu, fue a proclamar su mensaje a los espíritus encarcelados que en un tiempo habían sido rebeldes, cuando la paciencia de Dios aguardaba en tiempos de Noé, mientras se construía el arca, en la que unos pocos -ocho personas se salvaron cruzando las aguas.

Aquello fue un símbolo del bautismo que actualmente os salva: que no consiste en limpiar una suciedad corporal, sino en impetrar de Dios una conciencia pura, por la resurrección de Jesucristo, que llegó al cielo, se le sometieron ángeles, autoridades y poderes, y está a la derecha de Dios.

**Palabra de Dios.**

**Lectura del santo evangelio según san Marcos (1, 12-15)**

En aquel tiempo, el Espíritu empujó a Jesús al desierto. Se quedó en el desierto cuarenta días, dejándose tentar por Satanás; vivía entre alimañas, y los ángeles le servían.

Cuando arrestaron a Juan, Jesús se marchó a Galilea a proclamar el Evangelio de Dios. Decía: *Se ha cumplido el plazo, está cerca el reino de Dios: convertíos y creed en el Evangelio.*

**Palabra del Señor.**

**Tablero parroquial**

- **Encuentros sobre la Exh.Ap. *Evangelii gaudium*:**  
**Santiago “A Nova”:** jueves, día 26, a las 19.00 hs.  
**As Fontiñas:** viernes, día 27, a las 17.30 hs.
- **Ejercicios Espirituales para laicos** organizados por la Delegación Diocesana de Apostolado Seglar.  
**Sobrado de los Monjes** (desde el viernes, 7 de marzo a las 18.00 hs hasta el domingo, día 9, a mediodía) impartidos por el *D. Carlos Gutiérrez Cuartango*. Pensión completa: 90 €  
**Casa Diocesana de Ejercicios de Lugo** (desde el viernes 13, a las 18.00 hs al domingo 15 de marzo a mediodía) impartidos por el misionero comboniano, párroco de Palas de Rei e anexas, *D. Juan Antonio Fraile Gómez*. Pensión completa: 38 € día; 12 sólo la comida y 10 solo la cena  
**Contacto:** [laicos@diocesisdelugo.org](mailto:laicos@diocesisdelugo.org) o llamar a uno de los siguientes teléfonos: **981 922 392 - 639 938 216.**